



1. Présentation :

Jean Climaque (vers 579 - vers 649) est un moine syrien. Son surnom vient de son traité intitulé L'échelle du paradis (en grec, échelle se dit Klimax), qu'il composa pour la formation des moines : il y décrit l'itinéraire spirituel à la manière d'une montée vers Dieu à travers trente degrés

Jean achève à 16 ans son cursus classique.

Sitôt ses études achevées, Jean s'engage dans la vie monastique au pied du mont Sinaï, autour du monastère du Buisson-Ardent : vie communautaire, érémitisme...

Tonsuré à l'âge de 20 ans, Jean devient ermite et mène durant quarante ans une vie d'ascèse et de pénitence.

Il consulte de nombreux maîtres spirituels réputés, tels Georges l'Arsélaïte ou Jean le Sabaïte, avant de devenir à son tour un maître spirituel dont les conseils sont recherchés.

Son confrère higoumène de Raïthou demande à Jean Climaque *«d'exposer méthodiquement ce qui est nécessaire à la condition monastique»*.

Autrement dit, un guide spirituel s'adressant à tous ceux qui veulent devenir moine.

Le commanditaire en précise même la forme : *«Une échelle dressée jusqu'aux portes du ciel qui permettra une ascension sans péril à ceux qui l'auront choisie.»*

Directement puisée dans la vie de Jacob (Gn 28, 12-19), (...*Alors il eut un songe; et voici, une échelle était dressée sur la terre, et son sommet touchait aux cieux; et voici les anges de Dieu montaient et descendaient par elle....*)

Constituée de trente chapitres ou « degrés », l'Échelle se présente comme un parcours initiatique ascendant devant conduire le candidat à la vie monastique de l'arrachement au monde à la vision de Dieu, couronnement de la vie ascétique.

Jean-Claude Larchet est patrologue et théologien orthodoxe français, docteur en philosophie et docteur en théologie de l'université de Strasbourg, auteur de nombreux ouvrages publiés aux éditions du Cerf, a mis en évidence les quatre étapes majeures de l'ouvrage :

- la rupture avec le monde (degrés I à III) ;
- le renoncement à soi et la purification des péchés (degrés IV à VII) ;
- la lutte contre les passions (colère, avarice, tristesse, gourmandise, orgueil, luxure, etc.) et l'acquisition des vertus (degrés VIII à XXV) ;
- le sommet de la vie ascétique (XXVI à XXX).



L'Échelle sainte fait de Jean Climaque est un représentant majeur de la tradition sinaïtique, qui continue d'imprégner toute la spiritualité orthodoxe.

Cette tradition se caractérise notamment par l'importance accordée à la «[prière du cœur](#)» (ou «prière de Jésus») (« SEIGNEUR JÉSUS CHRIST, FILS DE DIEU, AIE PITIÉ DE MOI, PÉCHEUR) et la [maîtrise des passions](#).

Dans le langage des Pères du désert, [les passions recouvrent toutes les formes d'attachement au monde](#). Ce sont elles qui tiennent [l'homme éloigné de Dieu](#).

Pour combattre ses passions et parvenir à une transformation en profondeur de tout son être, l'homme doit d'abord [bien les connaître](#) : c'est la clé de L'Échelle de Jean Climaque.

«En prenant appui sur la symbolique de l'échelle, il jette les bases d'une vie spirituelle dynamique permettant à l'homme de progresser dans sa quête spirituelle.

Lire Jean Climaque aujourd'hui, c'est redécouvrir la vertu transformatrice d'une ascèse à la fois précise et méthodique, où l'effort porté sur le corps et l'esprit finit par rejoindre la grâce divine.

2. Le processus de la tentation

"Les Pères ont distingué cinq moments principaux.

La "**suggestion**" est le simple [affleurement à la conscience](#) d'un attrait pour [une action mauvaise](#) ; ce sera, par exemple, une pensée de vengeance, de gourmandise ... Elle est involontaire, et il serait vain de prétendre empêcher que de tels mouvements naissent en nous [...].

Dans le "**dialogue**" ou "**liaison**", [nous réfléchissons sur la tentation](#) et [nous nous entretenons](#) en quelque sorte avec elle. Il peut ne comporter aucune connivence secrète avec elle et n'avoir d'autre fin que de lui opposer des raisons contraires [...].

Mais le dialogue peut recouvrir déjà un [semi-consentement](#), une [complaisance inavouée](#) qui n'est pas entièrement exempte de péché.

Le "**consentement**" est une prise de position personnelle: [nous acceptons de faire consister notre bonheur dans la jouissance mauvaise proposée](#) ; nous adhérons à la tendance dérégulée et nous identifions, en quelque sorte, notre "moi" profond avec elle.

Si de tels consentements se répètent, ils engendrent d'abord la "**passion**", qui est la tendance mauvaise passée à l'état de seconde nature, puis la "**captivité**", véritable obsession, impulsion irrésistible où la liberté n'a plus de part."

3. Les différentes phases de la tentation

Les pères doués de discernement ont différencié les uns des autres **l'attaque, la liaison, le consentement, la captivité, le combat et ce qu'on appelle passion de l'âme.**

Ces hommes bienheureux définissent **l'attaque** comme la première apparition dans le cœur de la simple pensée ou de l'image d'un objet qui se présente.

La liaison est une conversation avec ce qui vient de se manifester ainsi accompagnée ou non de passion.

Le consentement est l'acquiescement de l'âme, accompagné de délectation, à ce qui lui est proposé.

La captivité est un entraînement violent et involontaire du cœur ; ou encore, une attache permanente à l'objet en question qui détruit l'excellent état de notre âme.

Ils disent que **la passion**, au sens propre, est un mal qui depuis longtemps affectait secrètement l'âme et qui, désormais, lui a fait contacter une liaison intime avec lui et l'a établie comme dans une disposition habituelle, en vertu de laquelle elle s'y porte d'elle-même, spontanément et par affinité.

La tentation et le péché

De tous ces mouvements, le premier est sans péché ; le second ne l'est pas toujours ; quant au troisième, il est coupable ou non selon l'état intérieur du combattant. Le combat est l'occasion qui procure couronne ou châtiment.

La captivité doit être jugée différemment selon qu'elle se manifeste au temps de la prière ou à d'autres moments, à propos de matières de peu d'importance ou s'il s'agit de pensées mauvaises.

Quant à la passion, sans aucun doute, dans tous les cas, elle encourt soit une pénitence proportionnée, soit un châtiment futur.

Ainsi donc, **celui qui affronte sans passion la première attaque supprime d'un seul coup tout ce qui suit.**

4. la rupture avec le monde (degrés I à III)

- **Premier degré**

21. Cependant, aussi dépendants que nous soyons à nos penchants, aussi graves que soient les maladies de notre âme, **gardons-nous bien de perdre courage**; mettons, au contraire, **en Dieu une confiance pleine et entière**. Ainsi, alors même que nous nous sentons faibles, soutenus par la fermeté d'une foi inébranlable, **présentons-nous devant le Christ, et, avec une grande simplicité et une profonde humilité, exposons-lui notre faiblesse et nos**

misères, l'abattement de notre âme et de notre corps; et, tout indignes que nous en soyons, il nous tendra la Main avec bonté, et nous prendra sous sa puissante Protection avec une tendre charité.

38. Courons avec une joie mêlée de crainte au combat remarquable auquel Dieu nous appelle. C'est aux démons que nous devons faire la guerre ; ne les redoutons pas, car, quoique nous ne puissions pas les voir, ils nous connaissent et ils pénètrent dans le fond de notre âme ; mais s'ils la voient troublée et craintive, ne nous croiront-ils pas vaincus ? Ne se précipiteront-ils pas sur nous avec un acharnement terrible, afin de nous rendre leurs misérables esclaves ? Or, puisque nous connaissons leurs ruses, armons-nous donc contre avec courage ; car on hésite d'en venir aux mains, quand on voit une armée qui ne compte que des soldats vaillants et courageux, et qui brûle de se mesurer avec l'ennemi.

5. Le renoncement à soi et la purification des péchés (degrés IV à VII)

- Cinquième degré

3. L'obéissance est donc un renoncement parfait à sa propre volonté, lequel se fait remarquer par des actions extérieures; ou plutôt, c'est une entière mortification des passions dans une âme pleine de vie, c'est un mouvement qui nous fait agir avec une simplicité parfaite et sans aucune préférence, c'est une mort volontaire, une vie exempte de toute curiosité, une assurance au milieu des dangers, un excellent moyen de défense pour paraître devant Dieu, une sécurité désirable à l'heure de la mort, une navigation sans écueils et sans tempêtes, et un voyage qu'on fait en sûreté et sans peine. Oui l'obéissance donne à une âme la paix et le calme contre la crainte de la mort, ensevelit la volonté, et fait vivre l'humilité; elle ne résiste et ne contredit jamais; elle ne prononce aucun jugement, et regarde avec une égale indifférence les biens et les maux de la vie présente.

9. Nos anciens nous ont appris que nous trouvons des armes spirituelles dans le chant des psaumes, que les exercices de la prière sont les remparts pour nous défendre, que les larmes de la pénitence sont un bain où notre âme se purifie de ses souillures, et que, sans l'obéissance, qui est la confession du Seigneur, personne, s'il est chargé de péchés, ne pourra voir Dieu.

34. Croyez-moi, mes frères : quand même vous feriez des fautes tous les jours, gardez-vous bien de perdre courage, n'abandonnez pas vos exercices de piété, mais persévérez généreusement et fortement dans le service de Dieu ; et votre ange gardien respectera votre héroïque patience et votre heureuse persévérance.

35. Faites aussi attention à ceci : une plaie récente se guérit facilement. Mais si on la néglige, les humeurs s'altèrent et se corrompent : elle ne se cicatrise qu'avec peine, et souvent, pour en guérir, il faut beaucoup de soin, de temps et de travail, et même employer quelquefois le fer et le feu, et user d'un grand nombre de remèdes. Eh ! N'a-t-on pas vu quelques-unes de ces plaies devenir même incurables ? Cependant Dieu, à qui rien n'est impossible, peut nous en délivrer.

6. La lutte contre les passions (colère, avarice, tristesse, gourmandise, orgueil, luxure, etc.) et l'acquisition des vertus (degrés VIII à XXV);

30. Le premier degré de la mansuétude (bienveillance/ main de Dieu) consiste à **souffrir les outrages et les humiliations**, quelque amertume et quelque douleur que l'âme en ressente; le second degré consiste à **les supporter avec calme et tranquillité**, et le troisième, qui est la perfection de la douceur, **à recevoir les mépris et les injures avec plus de plaisir que les mondains ne reçoivent les louanges qu'on leur donne**. Mais où est-il, cet homme qui est monté à ce degré si parfait ? Qu'il soit content, celui qui est parvenu au premier degré ; qu'il persévère avec constance, celui est monté au second ; mais qu'il triomphe dans le Seigneur, celui qui heureusement se trouve au troisième.

34. Trois moines, un jour, sous mes yeux, reçurent le même outrage. L'un, en le recevant se sentit piqué, mais il le souffrit en silence, et étouffa la peine qu'il en éprouvait ; l'autre s'en réjouit en lui-même, cependant il en était affligé intérieurement par charité et par bienveillance pour celui qui l'avait maltraité ; enfin le troisième s'oublia lui-même entièrement pour ne s'occuper que de son frère, dont il pleurait la faute à chaudes larmes, tant la charité dévorait son cœur. Ainsi l'on voyait dans ces trois moines trois excellentes vertus : la crainte de Dieu, l'espérance, et l'amour.

7. Degré 11, du bavardage et du silence le silence évangélique

1. Nous venons de faire voir en peu de mots combien il est dangereux et funeste pour ceux mêmes qui vivent dans la religion, de juger les autres, puisqu'ils s'exposent eux-mêmes à être jugés sévèrement et punis rigoureusement. Il nous reste à présent à rechercher quelle est la cause de ce défaut, et quelle est la porte par laquelle il entre misérablement dans une âme, on plutôt par quelle porte on doit l'en faire sortir.

2. Or nous disons sans balancer que la démangeaison de parler est comme un trône sur lequel la vaine gloire s'assied pour se faire voir avec pompe et ostentation, et se donner en spectacle. Cette intempérance de paroles est une preuve non équivoque d'une grande ignorance; elle est vraiment la porte de la médisance, la maîtresse des amusements folâtres, l'instrument du mensonge, la dissipatrice de la componction, l'inventrice et l'ouvrière de la paresse et de l'insouciance, l'avant-coureur du sommeil, l'ennemie de la méditation, la ruine de la vigilance; c'est elle qui glace et gèle la dévotion et la ferveur du cœur, qui fait languir et éteint la piété et l'ardeur dans les saints exercices de la prière.

3. Le silence, au contraire, est sage et prudent; il donne l'esprit d'oraison, délivre l'âme de la captivité, conserve le feu de l'amour divin, veille sur les pensées de l'esprit, observe attentivement le mouvements des ennemis du salut, soutient et nourrit la ferveur de la pénitence, se plaît dans les larmes, rappelle sans cesse l'image de la mort et le souvenir des supplices éternels, fait considérer les Jugements de Dieu avec une crainte salutaire, est très favorable à la sainte tristesse du cœur, combat l'esprit de présomption, favorise la tranquillité de l'âme, augmente la science du salut, nous forme à la contemplation des vérités surnaturelles, nous perfectionne dans les bonnes oeuvres et nous fait monter jusqu'à Dieu.

4. Celui qui connaît et sent bien ses fautes, n'a pas de peine à retenir sa langue; mais il est bien loin de se connaître, celui qui se plaît tant à parler.

5. Quiconque aime le silence, devient un des amis particuliers de Dieu, et, tandis qu'intérieurement il lui parle dans les sentiments que lui inspire une sainte familiarité, il en reçoit sa lumière.

8. Treizième degré. De l'ennui ou acédie.

2. Nous disons donc que l'acédie est un relâchement d'esprit, une langueur de l'âme, un dégoût des exercices de la vie religieuse, une certaine aversion pour la sainte profession qu'on a embrassée, une louangeuse imprudente des choses du siècle, et une calomniatrice insolente de la Bonté et de la Clémence de Dieu ; elle rend l'âme froide et glacée dans la chant des divins cantiques, faible et languissante dans la prière, diligente et infatigable dans les travaux et dans les exercices extérieurs, feinte et dissimulée dans l'obéissance.

9. Mais remarquons ici que les autres vices n'attaquent et ne détruisent que les vertus qui leur sont contraires : L'acédie attaque et détruit, seule, toutes les vertus.

9. Le sommet de la vie ascétique (XXVI à XXX).

- **Vingt-huitième degré. De la prière, sainte et féconde source de vertus ; du recueillement de l'esprit et du repos du corps qui lui sont nécessaires.**

1. Si vous envisagez la prière en elle-même, dites que c'est une sainte conversation, une douce union avec Dieu ; mais si vous considérez sa vertu et sa puissance, il faut dire que c'est elle qui conserve le monde, réconcilie la terre avec le ciel, produit les larmes sincères du repentir et en naît quelquefois, efface les péchés, triomphe des tentations, nous console et nous protège pendant le temps fâcheux des afflictions, met une fin et un terme aux guerres cruelles que nous font nos ennemis, exerce dans nous les fonctions des anges, devient la nourriture des esprits, procure les joies futures, entretient le cœur dans une action continuelle, fait acquérir les vertus, obtenir les dons célestes, et avancer à grands pas dans les voies de la perfection ; il faut ajouter qu'elle est le vrai froment de l'âme, la lumière de l'esprit, la ruine du désespoir, la maîtresse de l'espérance, le fléau de la tristesse, la fortune des religieux, le trésor des solitaires, l'extinction de la colère, le miroir des progrès dans la vertu, la démonstration certaine des règles qu'on doit suivre, la manifestation de l'état de notre âme, la notion claire des biens futurs et l'indice de la gloire éternelle ; il faut enfin avouer qu'elle est, dans la personne qui prie, une espèce de palais et de tribunal où le souverain Juge, sans attendre le dernier jour, rend à tout moment ses arrêts de justice et de miséricorde.

10. Trentième degré. De la réunion des trois vertus théologiques, la foi, l'espérance et la charité.

1. Après avoir parlé de toutes les choses qui nous ont occupés jusqu'à présent, nous pouvons dire avec l'Apôtre qu'il nous reste à considérer la foi, l'espérance et la charité, vertus qui sont le fondement et le lien de toutes les vertus chrétiennes et religieuses. Or la plus grande et la plus belle de ces trois vertus, c'est [la charité ; car Dieu même est appelé Amour](#).

2. Nous envisagerons [la foi comme un rayon du soleil qui nous éclaire ; l'espérance, comme la lumière de ce rayon qui nous dirige et nous encourage ; et la charité, comme ce soleil tout entier qui nous enflamme et féconde en nous tout le bien](#) que nous faisons. Cependant nous devons dire que ces trois vertus concourent à former [la même lumière et la même splendeur](#).

7. [La charité](#) est donc quelque chose de [semblable à Dieu](#), et par sa puissance elle rend les hommes qui la [possèdent semblables à lui](#), autant que leur nature peut en être susceptible. Les effets qu'elle produit dans une âme qui en est ornée, c'est de la livrer à une sainte et délicieuse ivresse, d'être pour elle [une fontaine intarissable de foi, un abîme de justice et de patience, et un océan d'humilité](#).

8. La charité chasse de l'esprit toute pensée désavantageuse au prochain ; elle ne pense jamais mal de personne (1 Cor 13,5).

11. ... Heureux donc l'homme qui aime Dieu avec une affection aussi ardente qu'un amant insensé chérit la beauté qui a si misérablement ravi son cœur !...

14. Mais remarquez, ô vous à qui l'on peut se fier, que l'âme, semblable à un cerf, après avoir donné la mort à toutes les bêtes féroces qui voulaient la dévorer, est brûlée d'une soif ardente pour le Seigneur ; et, percée du trait de son amour, elle soupire sans cesse après lui comme après une source d'eau rafraîchissante, tombe en défaillance et semble vouloir se perdre et s'anéantir dans Dieu

Bibliographie :

<https://croire.la-croix.com/Definitions/Lexique/Peres-du-desert/Saint-Jean-Climaque-une-echelle-vers-la-grace>

http://foi-orthodoxe.fr/wp-content/uploads/2018/07/echelle_sainte.pdf

<http://j.malliarakis.free.fr/patrologie/jeanclimaque310.html>